

## Консультация для педагогов «Говорящий мир эмоций детей»

Подготовила педагог- психолог  
Чернова Ирина Александровна

Мы знаем, что эмоции играют важную роль в жизни людей и, конечно же детей, тоже. Они побуждают к активности, стимулируют и регулируют эту активность, помогают нам приспособиться к различным ситуациям. Без эмоций наша жизнь была бы скучно и серой.

Формирование эмоций начинается в раннем детстве с криком ребенка и продолжается почти всю жизнь. Есть даже понятие «эмоциональный возраст», которое характеризует внутреннюю зрелость человека. Если эмоциональная сфера бедна, то говорят, что этот мужчина (или женщина) «психически не созрели», то есть биологический возраст намного опережает эмоциональный. Гендерные различия, конечно же, откладывают отпечаток на формирование эмоциональной сферы. Женщины - более эмоциональны, чем мужчины. Но странно бывает видеть взрослого мужчину, который истерично спорит из-за пустяка, или даму почтенного возраста, ведущую себя как капризная девочка.

**Эмоции ребенка – это «послание» окружающим о его состоянии.** Казалось бы, все просто. Если ребенок грустный или злой, значит, у него что – то не в порядке. Ребенок радуется, выглядит счастливым – значит, в его внутреннем мире все хорошо. Но для ребенка это не так просто, как для нас. Ребенок в основном не понимает, что с ним происходит. Однако согласитесь, взрослые сами часто плохо понимают, что происходит во внутреннем мире. Также многие взрослые требуют от своих детей перестать плакать, бояться, злиться, поскольку с точки зрения общества, данные чувства не являются принятыми, одобряемыми. Ребенок берет пример и учится не обращать внимания на душевные волнения, переживания, тревоги. Однако удержание внутри себя отрицательных эмоций действительно стоит больших энергетических затрат. По этой причине человек долгое время прячет гнев — и «срывается» в самый неподходящий момент.

**Чем больше фраз типа:** «Как ты смеешь злиться на мать», «Не смей кричать на отца», «Как тебе не стыдно показывать слезы — ты же мужчина», «Как тебе не стыдно бояться — ты уже большой» **получает ребенок, чем сильнее он привыкает к тому, что его отрицательные чувства являются чем-то неправильным, постыдным, запретным, соответственно ребенок вырастает с кучей личностных комплексов.**

**Причины, по которым взрослые не переносят проявление ребенком отрицательных эмоций:**

- «прямое попадание» в собственную детскую травму, когда переживать болезненные и неприятные эмоции запрещалось;
- переживание раздражения в ответ на чувства ребенка — нежелание «расхлебывать» эту «кашу» из слез, истерик, страха, гнева, боли;
- уверенность, что ребенок, если ему позволять злиться, таким и останется; позволять бояться — будет бояться всего и всегда; проявлять агрессию — вырастет «бандитом».

**Внешним проявлением эмоциональной сферы является эмоциональная выразительность** (мимика, пантомимика, жесты, выразительная речь, эмоциональная лексика), которая подвластна контролю и влиянию. А это значит, что, развивая эмоциональную выразительность, можно влиять на внутренние эмоциональные механизмы и психические процессы.

**Выделяют три группы нарушений в развитии эмоциональной сферы:**

- Расстройства настроения
- Расстройства поведения (гиперактивность, агрессия)
- Нарушения психомоторики (маловыразительные эмоции, пантомимика; Нарушения двигательной активности)

**Напомню: Обязательные требования к дошкольному образованию (ФГОС ДО). Весь образовательный процесс в детском саду направлен не на обучение (имеет в своей основе передачу определенных знаний, умений и навыков), а на развитие и воспитание.** Однако ребенок будет успешно развиваться и усваивать нормы поведения только тогда, когда у него будет создано бодрое, жизнерадостное настроение.

Чрезмерные требования послушания и беспрекословного подчинения, несомненно, облегчат труд педагога, но рождают порой не только нарушения в эмоциональной сфере, но подчас травмы на всю дальнейшую жизнь!

Для того чтобы распознавать, оценивать эмоциональное состояние детей и помогать им справляться с негативными переживаниями, проявлениями, педагогу необходимо самому **уметь регулировать свое эмоциональное состояние.** Известно, что на воспитание детей сил расходуется очень много.